

# فيروس كورونا الجديد (2019-nCoV)

## إدارة الصحة العامة بمقاطعة لوس أنجلوس إرشادات لمنشأة المعيشة الجماعية

تود إدارة الصحة العامة في لوس أنجلوس مقاطعة (Public Health) الاستعانة بكم في التحضير والمساعدة في منع انتشار فيروس كورونا (الجديد) في مقاطعة لوس أنجلوس. وعلى الصعيد العالمي، لا يزال هناك عدد متزايد من الأشخاص المصابين بهذا الفيروس الذي يسبب "مرض فيروس كورونا 2019" (واختصاره COVID-19) في أرض الصين وبلدان أخرى. ووفقاً لمراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها ومنظمة الصحة العالمية، تشير الاتجاهات العالمية الحالية إلى أن الفيروس قد يستمر في الانتشار في جميع أنحاء العالم. نحن بحاجة إلى الاستعداد لمنع انتشار هذه العدوى على الصعيد المحلي.

على الرغم من أن المخاطر الصحية المباشرة لـ COVID-19 على عامة الناس في لوس أنجلوس لا تزال منخفضة، فإن الصحة العامة تتخذ خطوات استباقية لمنع انتشار هذه العدوى. نوصي بشدة بأن تقوم جميع المؤسسات بمراجعة وتحديث خطط الطوارئ الخاصة بها والنظر في طرق مواصلة الخدمات الأساسية إذا كان يجب تخفيض العمليات في الموقع مؤقتاً. نحن نشعر بالقلق خاصةً حول كيفية ظهور حالة COVID-19 في محيط مجمع مثل منشأتك قد تؤدي إلى الانتشار السريع للمرض. نود أن نقدم لك بعض المعلومات العامة حول COVID-19 وكذلك الإجراءات المحددة التي يجب عليك اتخاذها للمساعدة في منع انتشار عدوى الجهاز التنفسي، بما في ذلك COVID-19 في موقعك.

نحن نشجعك على زيارة صفحة الويب الخاصة بفيروس كورونا التابعة لإدارة الصحة العامة (PHD) للحصول على المصادر، بما في ذلك الإرشاد للأعمال التجارية وأصحاب العمل والأسئلة الشائعة والرسوم البيانية: <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus>.

### معلومات عامة

#### ما هو فيروس كورونا الجديد؟

فيروسات كورونا هي عائلة كبيرة من الفيروسات. يصيب العديد منهم الحيوانات، لكن بعض فيروسات كورونا المنقولة من الحيوانات يمكن أن تتطور (تتحول) وتصيب البشر ثم تنتشر من شخص لآخر. هذا ما حدث مع فيروس كورونا الجديد الحالي. عادةً ما تسبب الأمراض الناتجة عن فيروسات كورونا مرضاً خفيفاً إلى متوسط، مثل نزلات البرد. بعضها - مثل فيروسات السارس أو ميرس - يسبب التهابات خطيرة مثل الالتهاب الرئوي.

#### ما هي الأعراض الشائعة لمرض COVID-19؟

تُظهر المعلومات حتى الآن أن هذا الفيروس الجديد يسبب أعراضاً تتفق مع مرض الجهاز التنفسي، مثل السعال والحمى - وفي بعض الأحيان - ضيق في التنفس أو صعوبة التنفس.

#### كيف ينتشر فيروس كورونا؟

مثل أمراض الجهاز التنفسي الأخرى - كالإنفلونزا - تنتشر فيروسات كورونا بين البشر عادةً من شخص مصاب لديه أعراض عن طريق:

- القطرات الناتجة عندما يسعل أو يعطس شخص مصاب.
- الاتصال الشخصي الوثيق، مثل الاهتمام بشخص مصاب.
- لمس كائن أو سطح به الفيروس، ثم لمس فمك أو أنفك أو عينيك قبل غسل يديك.

COVID-19 هو مرض جديد، ونحن نتعلم المزيد كل يوم عن كيفية انتشاره بسهولة، والوقت المستغرق للأشخاص ليمرضوا. سنبقيك على اطلاع مع تغير المعلومات.

لا تفترض أن شخصاً ما معرض لخطر الإصابة بعدوى فيروس كورونا الجديدة على أساس الأصل/العرق أو بلد المنشأ.

### منشآت المعيشة الجماعية

ما هي التدابير الوقائية التي ينبغي اتخاذها على المستوى المؤسسي للحد من انتشار فيروسات الجهاز التنفسي، مثل الفيروس الذي يسبب COVID-19؟

- التنقيف والتأكيد على أهمية إجراءات الوقاية الشخصية اليومية (انظر أدناه).
- تشجيع ودعم الموظفين والمتطوعين على البقاء في المنزل عندما يكونون مرضى. ذكّرهم بالبقاء في المنزل وعدم العودة إلى العمل حتى يتخلصون من الحمى لمدة 24 ساعة على الأقل دون تناول خافض للحرارة.

# فيروس كورونا الجديد (2019-nCoV)

## إدارة الصحة العامة بمقاطعة لوس أنجلوس إرشادات لمنشأة المعيشة الجماعية

- توفير اللوازم الكافية للنظافة الجيدة، بما في ذلك سهولة الوصول إلى الأماكن النظيفة والوظيفية لغسل اليدين، والصابون، والمناشف الورقية، ومعقم اليدين الذي يحتوي على الكحول.
  - قلة الاتصال الوثيق ومشاركة الأشياء بما في ذلك الطعام والشراب قدر الإمكان.
  - قم بتنظيف وتعقيم جميع الأسطح والأشياء التي يتم لمسها بشكل متكرر بشكل روتيني مثل مقابض الأبواب، وأعمدة الدرابزين، وأسطح العمل، ومقابض الصنابير، والهواتف. استخدم عوامل التنظيف المعتادة واتبع الإرشادات الملصقة.
  - تزويد منشأة المعيشة الجماعية والموظفين بمعلومات دقيقة حول فيروس كورونا الجديد والخطوات التي يمكنهم اتخاذها لحماية أنفسهم وعائلاتهم.
- تشمل إجراءات الوقاية الشخصية اليومية ما يلي:
- ابق في المنزل عندما تكون مريضاً. ابق في المنزل لمدة 24 ساعة على الأقل بعد أن تتعافى من الحمى أو أعراض الحمى دون استخدام الأدوية التي تقلل من الحمى.
  - اغسل يديك كثيراً بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل. إذا لم يكن الصابون والماء متوفرين، استخدم مطهر اليدين الذي يحتوي على نسبة 60٪ على الأقل من الكحول.
  - قم بتغطية فمك عند السعال أو العطس بمنديل، ثم قم برمي المناديل الورقية المستعملة ونظف يديك على الفور. إذا لم يكن لديك منديل، فاستخدم كمك (لا تستخدم يديك).
  - حد من الاتصال الوثيق مع الأشخاص المرضى.
  - قم بتنظيف وتطهير الأشياء والأسطح التي تقوم بلمسها بشكل متكرر باستخدام رذاذ التنظيف المنزلي أو فوط المسح بانتظام.

### ما الذي يجب أن تكون منشأتنا على استعداد للقيام به إذا كان هناك زيادة في انتقال COVID-19 في المجتمع؟

- تشير زيادة انتقال COVID-19 في المجتمع إلى خطر متزايد على عامة الناس وأنه قد يلزم اتخاذ احتياطات إضافية لاحتواء أي انتقال محلي للمجتمع. يجب أن يكون لدى منشآت المعيشة الجماعية خطة وأن تكون مستعدة لاتخاذ هذه الإجراءات الإضافية - إذا أوصت إدارة الصحة العامة بذلك:
- يجب أن يكون لديك خطة للتواصل مع موظفيك والمتطوعين. يرجى زيارة موقعنا الإلكتروني [publichealth.lacounty.gov](http://publichealth.lacounty.gov) للحصول على معلومات دقيقة وحديثة يمكنك استخدامها في اتصالاتك. قم بتحديد ومعالجة الحواجز اللغوية والثقافية والعوائق المحتملة المرتبطة بتوصيل معلومات COVID-19 إلى العمال وأولئك الذين تخدمهم.
- ضع خطاً لغياب العاملين. لا تشتت تقديم مذكرة مقدم الرعاية الصحية للموظفين أو المتطوعين المصابين بمرض حاد بالجهاز التنفسي للتحقق من مرضهم أو العودة إلى العمل. مكاتب موفري الرعاية الصحية والمرافق الطبية ستكون مشغولة للغاية وغير قادرة على تقديم هذه الوثائق في الوقت المناسب.
- خطط لطرق مواصلة الخدمات الأساسية إذا تم تخفيض العمليات في الموقع مؤقتاً.
- راجع خطط مكافحة العدوى الخاصة بك لإدارة العدوى المنقولة بالهباء الجوي وتأكد من أنه يمكنك - بسرعة - تحديد وعزل سكان المنشأة التي تظهر عليهم علامات أو أعراض COVID-19 من خلال المراقبة الروتينية.
- إذا كان لدى منشأتك موظفون يقدمون الرعاية للمقيمين أو الأفراد، فعليك تذكير الموظفين بضرورة استخدام الاحتياطات القياسية لأية تفاعلات تتطلب اتصالاً محتملاً بسوائل الجسم ويجب التركيز بشكل خاص على نظافة اليدين. تشمل الاحتياطات القياسية ما يلي:
  - ارتداء القفازات إذا من المتوقع تلامس اليدين للدم أو سوائل الجسم أو إفرازات الجهاز التنفسي أو الأسطح الملوثة.
  - ارتداء ثوب للاستعمال مرة واحدة في حالة تلوث الملابس بالدم أو سوائل الجسم أو إفرازات الجهاز التنفسي.
  - ارتداء كمامة إذا كان من المتوقع أن تتلامس إفرازات الجهاز التنفسي مع الفم والأنف.
  - تغيير القفازات والأثواب بعد كل مواجهة وغسل اليدين أو استخدام مطهر اليد الذي يحتوي على الكحول بعد إزالة القفازات مباشرةً.
  - غسل اليدين بالماء والصابون عندما تكون الأيدي متسخة أو ملوثة بإفرازات الجهاز التنفسي.
- إذا تم تحديد المقيمين المرضى، فاتصل بالمستشار الطبي ما لم يكن المريض مصاباً بمرض خطير وقد يحتاج إلى دخول المستشفى.
- حدد غرفة للمرضى يمكن أن يقيم فيها الأشخاص الذين يعانون من أعراض البرد والإنفلونزا في مبنى أو غرفة أو منطقة مخصصة منفصلة. يجب الفصل بين الأسرة في هذه المنطقة بمسافة 6 أقدام على الأقل أو وجهاً لوجه مع وجود مسافة 3 أقدام بين الرأس وأصابع القدم. يمكن استخدام الشاشات المحمولة لتشجيع الامتثال لمناطق الفصل.
- يجب تحديد مرحاض مخصص - إن أمكن - ومحجوز لاستخدام الأشخاص المرضى فقط.
- ستعمل إدارة الصحة العامة معك إذا كان أحد سكانك يعتبر حالة مشتبه فيها بالإصابة بمرض COVID-19 لضمان وجود تدابير مناسبة لمكافحة العدوى.

# فيروس كورونا الجديد (2019-nCoV)

## إدارة الصحة العامة بمقاطعة لوس أنجلوس إرشادات لمنشأة المعيشة الجماعية

### اعرف أين تحصل على المعلومات الموثوقة

احذر من أساليب الحيل والأخبار الكاذبة والخداع المحيطة بفيروس كورونا الجديد. سيتم دائماً توزيع المعلومات الدقيقة، بما في ذلك الإعلانات عن الحالات الجديدة في مقاطعة لوس أنجلوس، عن طريق إدارة الصحة العامة من خلال البيانات الصحفية ووسائل الإعلام الاجتماعية وموقعنا الإلكتروني. يحتوي الموقع الإلكتروني على مزيد من المعلومات حول COVID-19 بما في ذلك الأسئلة الشائعة والرسوم البيانية ودليل للتعامل مع الإجهاد، بالإضافة إلى نصائح حول غسل اليدين.

- مقاطعة لوس أنجلوس - إدارة الصحة العامة (LACDPH - المقاطعة)
  - <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>
  - مواقع التواصل الاجتماعي: @lapublichealth
- مقاطعة لوس أنجلوس - مركز المساعدة في الوصول إلى قسم الصحة العقلية خط المساعدة على مدار 24 ساعة طوال أيام الأسبوع 854-7771 (800).
- المصادر الأخرى الموثوقة للحصول على معلومات حول فيروس كورونا الجديد هي:
  - مقاطعة كاليفورنيا - إدارة الصحة العامة (CDPH - الولاية)
    - <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>
  - مراكز السيطرة على المرض والوقاية منه (CDC - محلي)
    - <http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>
  - منظمة الصحة العالمية (WHO - دولية)
    - <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>

إذا كانت لديك أسئلة وترغب في التحدث إلى شخص ما، اتصل بخط معلومات مقاطعة لوس أنجلوس 1-1-2 المتاح على مدار 24 ساعة في اليوم.